(Logonuz Burada)	**Demo Sağlık Tesisi (Prokalite.Com)** HASTA TABURCU VE EĞİTİM FORMU (KALÇA PROTEZİ AMELİYATI GEÇİREN HASTA İÇİN)	

Hastanın Mevcut Yaşam Koşulları	Yalnız yaşıyor [] Eşiyle Yaşıyor [] Diğer[]
Evde Bakımına Yardımcı Kimse Var Mı?	Hayır [] Evet [] ..... (evet ise kim)
Hastalığı ve Tedavisi Hakkında Bilgisi	Var [] Yok []
Hastanın Taburculuktan Sonra Gideceği Yer:	
Hasta/Yakınına Taburcu Olacağının Bildirilmesi	Tarih/ Saat Hemşire /İmza

◇ Hastanın hazırlanmasına yardım edilmesi
◇ Varsa eşyasının teslimi
◇ Gerekirse dolaşım bozukluğu belirtilerinin öğretilmesi. Bu belirtiler görülürse hekimi ile iletişim kurmasının söylenmesi
◇ Gerekli ise hastanede yaptırılan egzersizlereevdede devametmesinin söylenmesi
◇ Enfeksiyon belirtilerinin öğretilmesi. Bu belirtilerin görülmesi halinde hekimi ile iletişim kurmasının söylenmesi

TEDAVİ: **İLAÇ SAATİ ve OLABİLECEK YAN ETKİLER:**

- **DİYET:** Başka bir hastalığınızdan dolayı kısıtlamanız yoksa normal diyet alabilirsiniz. Kabız olmamaya dikkat etmelisiniz. Kabızlığı önleyen lifli gıdaları bol tüketmelisiniz. Doktorunuz tarafından yasak getirilmediği sürece günde ortalama 3 litre sıvı alınız.
- **KISITLAMALAR:**

BANYO YAPMA: Ameliyattan hemen sonra silinme şeklinde banyo yapabilir ve saçınızı yıkatabilirsiniz.Dikişler alındıktan 3 gün sonra duş şeklinde banyo yapabilirsiniz. İlk 4-5 banyoyu yalnız yapmayınız.
MERDİVEN ÇIKMA : Ameliyattan bir hafta sonra Trabzanlardan destek alarak merdiven çıkabilirsiniz.
ARABA KULLANMA: Araba kullanmaya başlamanız yapılan ameliyatın türüne göre değişir.3-6 ay(Doktorunuzun önerisine göre)
CİNSEL YAŞAM : Cinsel ilişki ameliyattan 6 hafta sonra kontrollü olarak (ilişki sırasında protez tarafa yan yatarak) 12 hafta sonra tamamen serbesttir.
DİĞER : Varis çorabınızı doktorunuzun önerdiği süre boyunca kullanınız. Egzersizleri öğretildiği şekilde düzenli olarak yapınız.Havaalanı, alışveriş merkezi gibi yerlerde manyetik kapılardan geçerken ya da herhangi bir nedenle manyetik film çektirmeniz gerekirse protezli olduğunuz belirtiniz.

KONTROL: Doktorunuzun önerisi doğrultusunda taburcu olduğunuz günden 1 ay sonra ortopedi polikliniğe kontrole geliniz.

YARA BAKIMI : Ameliyat bölgesi kuru ve temiz tutulmaya çalışılmalıdır.2-3 günde bir pansuman yaptırılmalıdır.15 gün sonra dikişler aldırılmalıdır.

YARDIMCI ARAÇ GEREÇLER :

ÖZEL UYARILAR: Otururken ara ara kalkıp birkaç adım dolaşınız. 1 saatten uzun süre oturmayınız. Evde mutlaka alafranga tuvalet kullanınız.Yer tuvaletleri bacaklarınızın aşırı bükülmesine ve proteze fazla ağırlık vermenize yol açar. Özellikle alafranga tuvaletler için yapılmış yükseltiler daha rahat etmenizi sağlar.Tuvaletten kalkarken kullanabileceğiniz bir kenar tutamağı koydurunuz. Yer sofrasında yemek yemek kesinlikle yasaktır. Bağdaş kurarak oturmak, çömelerek iş yapmak, ağır ev işi yapmak sakıncalıdır. Protezinizn yerinden çıkmasına neden olabilir. Sırtüstü yatarken iki bacak arasına yastık koyarak bacaklarınızı açınız.Ameliyatlı tarafınıza (ameliyattan 6 hafta sonra) yatabilirsiniz.Kesinlikle bacak bacak üstüne atmayınız.Dizlerinizi birbirinden ayrı tutunuz. Kilo almayın. Olmanız gereken vücut ağırlığı sınırları içerisinde kalın. Alçak sandalyelere oturmayınız. Uygun yükseklikteki ve kollu sandalyelere oturunuz.Aşırı eğilme, ağır kaldırma, atlama gibi kalça eklemine zarar verici hareketlerden kaçınınız. Futbol, voleybol, basketbol gibi ani hareket gerektiren sporlar sakıncalıdır. Bunun yerine yüzmek ve yürüyüş gibi sporları tercih ediniz. Sık sık yürüyüş yapınız. Yürüyüşlerinizi küçük adımlarla sık sık dinlenme molası vererek size öğretilen baston, koltuk değneği, yürüme cihazı vb. aletlerden yardım alarak özellikle düz beton zeminde yapınız. Ameliyat sonrası 8 hafta kadar ayakkabı ve çorap giyerken eğilmeyiniz, tırnaklarınızı kendiniz kesmeyiniz. Belli bir süre çorap ve ayakkabı giyerken yardım isteyiniz ve uzun çekecek kullanınız. Ameliyat bölgenizde şişlik, kızarıklık, ağrı, hassasiyet, vücut ısı artışı olursa, bacakta fonksiyon kaybı ve kısalık oluşursa hemen doktorunuza başvurunuz.

TABURCU ÖZETİ :

ACİL DURUMLARDA BAŞVURULACAK TELEFON NUMARASI: Herhangi bir probleminiz olduğu zaman 112 yi genel durumlarda bizi 0123 456 78 90 no'lu telefondan arayabilirsiniz.

HASTANIN ADI, SOYADI **İMZASI:**	**HEMŞİRENİN ADI, SOYADI** **İMZASI:**